

merecido tantas veces el infierno? ¿Qué haces? ¿Qué haces? ¿No ves que tu condenación es inminente? Date a Dios y díle: «Señor, heme aquí: quiero hacer todo lo que queráis de mí»

Santísima Virgen, María, ayudadme.

¡VIVA JESÚS,  
NUESTRO AMOR,  
Y  
MARÍA,  
NUESTRA ESPERANZA!

## IV.

### **COMPENDIO de las virtudes en que debe ejercitarse un alma que quiere llevar vida perfecta y santificarse.**

I. Desear crecer siempre más y más en el amor a Jesucristo.

Los santos deseos son las alas con que las almas vuelan a Dios. San Luis Gonzaga se hizo santo en breve tiempo por el gran deseo que tenía de amar a Dios; y, como sabía que no le era dado amarle cuanto Él se merece, consumíase en vivos deseos. Que por eso Santa María Magdalena de Pazzis llamaba al angélico joven «mártir de amor.»

II. Meditar con frecuencia en la Sagrada Pasión de Jesucristo escribe el Seráfico Doctor que las llagas de nuestro adorable Redentor son dardos que traspasan los corazones y los abrasan en vivas llamas de santo amor.

III. Hacer a menudo durante el día actos de amor a Jesucristo, desde que uno se despierta por la mañana hasta la noche, procurando entregarse al sueño haciendo un acto de amor.

Los actos de amor -decía la Seráfica Madre Santa Teresa- son la madera que mantiene encendido en el corazón el sagrado fuego del divino amor.

IV. Pedir constantemente a Jesucristo su santo amor.

La gracia de amar a Dios -en sentir de San Francisco de Sales- es una gracia que encierra y lleva consigo a todas las gracias; porque quien ama de veras a Dios, procurará evitar todo lo que le desagrade y hacer cuanto está en su mano para complacerle. Así que, es menester pedir a Dios, más que nada, la gracia de amarle.

V. Comulgar frecuentemente.

No puede en verdad un alma hacer cosa más del divino agrado que comulgar en estado de gracia. Y la razón es que el amor tiende a la perfecta unión con el objeto amado; ahora, pues, amando Jesucristo como ama con inmenso amor al alma que se halla en estado de gracia, arde en los más vivos deseos de unirse a ella. Y esto es lo que hace la Sagrada Comunión; por medio de este augusto Sacramento, Jesucristo se une totalmente con nuestras almas. *Quien come mi Carne y bebe mi Sangre* -dice El mismo por San Juan- *en Mí mora, y Yo vivo en él.* (63)

No puede por lo mismo hacerse cosa más grata a Jesucristo que recibirlo en la Santísima Eucaristía; y, en consecuencia, las almas espirituales han de procurar llegarse a la Sagrada Mesa muchas veces a la semana, y, a serles posible, cada día, bien que siempre

---

(63) Qui manducat meam carnem, et bibit meum sanguinem in me manet, et ego in illo. (Jn., VI, 57)

con permiso del Director espiritual; porque las comuniones y mortificaciones hechas por propia voluntad, más bien aumentan el orgullo que la piedad. Por lo demás, así las mortificaciones como las comuniones ha de pedir las el penitente con instancia al Director; pues los Directores se mueven a concederlas con mayor o menor frecuencia, según el mayor o menor deseo que descubren en los penitentes.

VI. Hacer entre día muchas Comuniones espirituales; a lo menos, tres.

VII. Visitar a menudo al Santísimo Sacramento, a lo menos, una o dos veces al día; y, en esas visitas, después de los actos de fe, de agradecimiento, de amor y de contrición, pedir con fervor a Jesús Sacramentado la perseverancia y el santo amor.

VIII. Si llegan a sobrevenir turbaciones, pérdidas, afrentas, u otras cosas molestas, recurrir al Santísimo Sacramento, a lo menos desde el punto en que uno se encuentra.

IX. Cada mañana, al levantarse, ofrecerse a Dios a sufrir con paz y recibir de sus manos todas las cruces que se presentaren durante el día; y luego abrazando sin turbarse todo cuanto nos contraríe.

*Fiat voluntas tua* -tales son las palabras que no se les caen nunca de los labios a los Santos- Señor, hágase siempre vuestra voluntad.

X. Alegrarse y regocijarse de que Dios sea infinitamente feliz y bienaventurado.

Si amamos a Dios más que a nosotros mismos, como a ello estamos obligados, hemos de gozarnos más de la felicidad de Dios que de nuestra propia dicha.

XI. Desear el Cielo y la muerte, para librarse del peligro de perder a Dios, y para ir a amar a Jesucristo en la Patria bienaventurada con todas nuestras fuerzas y por toda la eternidad sin temor de perderlo nunca.

XII. Hablar a menudo a los demás del amor que nos ha demostrado Jesucristo y del que nosotros le debemos a ese divino Redentor.

XIII. Proceder con Dios sin reservas ni restricciones, no rehusándole cosa alguna que se entienda ser de su agrado y aun escoger lo que más le agrada.

XIV. Desear y procurar que todos amen a Jesucristo.

XV. Rezar incesantemente por las Animas Benditas y por los pobres pecadores.

XVI. Desterrar del corazón todo afecto que no sea por Dios.

XVII. Recurrir con frecuencia a los Santos y especialmente a la Virgen Nuestra Señora para alcanzar por su intercesión el amor de Dios.

XVIII. Honrar a la Divina Madre, para dar gusto a Dios.

XIX. Hacerlo todo con la única mira de dar gusto a Jesucristo, diciendo al principiar cada una de las acciones: «Señor, sea todo por Vos.»

XX. Ofrecerse repetidas veces al día a Dios y a Jesucristo, a padecer todo género de trabajos y penalidades por su amor, diciendo: «Jesús mío, me pongo enteramente en vuestras manos: heme aquí, haced de mí lo que fuere de vuestro agrado.»

XXI. Estar resuelto a morir mil veces antes que cometer un pecado deliberado, ni siquiera venial.

XXII. Negarse a sí mismo aun las satisfacciones permitidas, haciéndolo por lo menos dos o tres veces al día.

XXIII. Al oír hablar de riquezas, de honores; de diversiones y entretenimientos mundanos, pensemos que todo se acaba, y digamos entonces: «Dios mío, a Vos solo quiero y nada más.»

XXIV. Hacer al día dos horas de oración mental, o a lo menos una hora.

XXV. Hacer todas las mortificaciones externas que permita la Obediencia; pero ejercitarse principalmente en mortificaciones internas, tales como reprimir la curiosidad, no responder a las injurias, no decir algún chiste, y otras por el estilo, y no hacer nunca cosa alguna por propia satisfacción.

XXVI. Cumplir con todos los ejercicios de piedad como si se hubieran de hacer por última vez; y, para ello, pensar a menudo en la muerte durante la meditación; y, estando en cama, recordarse de que en ella se ha de exhalar un día el último suspiro.

XXVII. No descuidar nunca las acostumbradas devociones, o cualquiera otra buena obra, por más

aridez o desgana que se experimente: por poco que uno afloje, corre peligro de abandonarlo todo.

XXVIII. No hacer ni omitir ninguna buena obra por respeto humano.

XXIX. No quejarse en las enfermedades de los descuidos y de la falta de asistencia del médico, o de los domésticos, o de los asistentes; y aun procurar ocultar, en lo posible, los dolores.

XXX. Amar la soledad y el silencio para conversar a solas con Dios; y, para ello, es menester huir de las compañías y conversaciones mundanas.

XXXI. Desterrar la tristeza, conservando en cuanto acaeciere la calma y un semblante sereno, siempre el mismo: el que quiere lo que Dios quiere, nunca ha de estar afligido.

XXXII. Encomendarse frecuentemente en las oraciones de las personas piadosas.

XXXIII. En las tentaciones invocar sin la menor dilación a Jesús y a María con gran confianza, y seguir repitiendo los nombres de Jesús y de María, mientras dura la tentación.

XXXIV. Tener mucha confianza, primero en la Pasión de Nuestro Señor Jesucristo, y luego en la intercesión de la Virgen Nuestra Señora; y pedir a Dios cada día el don de esta confianza.

XXXV. Después de cometida una falta, no turbarse ni desalentarse nunca, por más que se vea uno, siempre infiel, recaer en la misma falta; sino arre-

pentirse inmediatamente, y tomar de nuevo la resolución de enmendarse, puesta la confianza en Dios.

XXXVI. Devolver bien por mal, a lo menos rezando por el que nos ha agraviado.

XXXVII. Responder con dulzura a quien nos maltratare de palabra o de obra, y de esta manera ganarlo.

Con todo, al sentirse uno turbado, es bueno callarse hasta que haya renacido la calma; obrando de otro modo, se cometerían mil faltas sin darse cuenta.

XXXVIII. Cuando hubiere necesidad de corregir a alguno, se ha de procurar hacerlo cuando no se hallen turbados ni el que recibe ni el que hace la corrección; de lo contrario, ésta será más nociva que provechosa.

XXXIX. Hablar bien de todos, y excusar la intención, cuando no se puede excusar la acción.

XL. Socorrer al prójimo en cuanto se pueda, y sobre todo a los enemigos.

XLI. No hacer ni decir cosa alguna que pueda disgustar a otro, sea quien fuere, a no ser para dar más gusto a Dios: si alguna vez se llega a faltar a la caridad, pedir perdón al ofendido, o a lo menos, hablarle con dulzura.

XLII. Hablar siempre con mansedumbre y en voz baja.

XLIII. Ofrecer a Dios Nuestro Señor los menosprecios de que uno es objeto, y no quejarse nunca de ello a los demás.

XLIV. Observar puntualmente las reglas o normas de *conducta* trazadas por el Director espiritual.

XIV. Mirar a los Superiores como a la Persona misma de Jesucristo.

XLVI. Amar los oficios más humildes.

XLVII. Escoger para sí los objetos más pobres.

XLVIII. Obedecer sin réplica y sin mostrar repugnancia; y, en cambio, no pedir nada para su honor o satisfacción personal.

XLIX. No hablar de sí mismo ni en bien ni en mal: hablar mal de sí mismo no sirve a las veces más que para fomentar el orgullo.

L. Humillarse aun ante los inferiores.

LI. No excusarse, al ser reprendido o calumniado, siempre que no sea necesario para el bien común o para evitar el escándalo.

LII. Visitar y asistir lo más que se pueda a los enfermos, particularmente a los más abandonados.

LIII. Decirse a menudo a sí mismo: Si quiero hacerme santo, es menester que sufra; si quiero dar gusto a Dios, debo hacer su voluntad, y no la mía.

LIV. Renovar siempre el propósito de hacerse santo; y no desalentarse, sea cual fuere el estado de tibieza en que uno se encuentre.

LV. Renovar cada día la resolución que se ha tomado de tender a la perfección.

LVI. El Religioso procure renovar cada día los santos Votos. Enseñan los doctores, que, al renovar

los votos de religión, se gana una indulgencia plenaria, como al hacerlos por vez primera.

LVII. El ejercicio más necesario a un alma que quiere dar gusto a Dios, es conformarse en todo con la divina voluntad, abrazando sin perder la paz todo lo que es contrario a los sentidos, conviene a saber, dolores, enfermedades, afrentas, contradicciones, pérdidas de la hacienda, muerte de parientes o de otras personas queridas, aceptándolo todo, ya desde la mañana, de la mano de Dios.

Las tribulaciones son a manera de venturosas ferias, en que los Santos granjean grandes caudales de méritos. No podemos dar mayor gloria a Dios que conformándonos en todo con sus santísimas disposiciones: tal es el continuo ejercicio de las personas piadosas, y a esto se ordena la oración mental. «Toda la pretensión de quien comienza oración -y no se os olvide esto, que importa mucho- (así escribía Santa Teresa) ha de ser trabajar, y determinarse, y disponerse con cuantas diligencias pueda hacer, a conformar su voluntad con la de Dios y... estad muy ciertas que en esto consiste la mayor perfección que se puede alcanzar en el camino espiritual.» (64)

Esto, pues, nos hemos de proponer únicamente en todas nuestras obras, en todas las meditaciones, en todas las oraciones; debemos repetir siempre esta

---

(64) *Morad. II<sup>as</sup>.*

plegaria: *Enséñame a cumplir tu voluntad*: (65) Señor, enseñadme a hacer lo que Vos queréis. *Señor, ¿qué quieres que haga?* (66) Decidme, Dios mío, lo que de mí queréis; que estoy pronto a hacerlo todo. *Hágase Tu voluntad* (67) -tales son las palabras que tienen siempre los Santos en los labios; y esto es lo único que nos pide Dios, como nos lo declara Él mismo por el Eclesiástico: *Dame, hijo mío, tu corazón*. (68)

La perfección empero consiste en conformarse con la voluntad de Dios en lo que nos desagrade. Decía el Santo P. Maestro Juan de Ávila -*hoy beatificado*-. «Más vale en las adversidades un *¡gracias a Dios!* un *¡bendito sea Dios!*, que seis mil gracias de bendiciones en la prosperidad.»

Hemos de conformarnos con el divino querer aún en las cruces que Dios nos envía por medio de los hombres, como calumnias, hurtos, menosprecios; porque todo viene de Dios. No quiere, cierto, el Señor el pecado de quien nos ofende, pero sí quiere nuestra humillación y mortificación: *Los bienes y los males... vienen de Dios*. (69) Llamamos a las tribulaciones males y desdichas y hacemos que lo

---

(65) *Doce me facere voluntatem tuam (Ps. CXLII, 10.)*

(66) *Domine, quid me vis facere? (Act., IX, 6.)*

(67) *Fiat voluntas tua.*

(68) *Præbe, fili mi, cor tuum mihi. (Eccl., XI, 14.)*

(69) *Bona et mala... a Deo sunt. (Eccl., XI, 14).*

sean en efecto, porque las llevamos con impaciencia; pero, si las aceptáramos con resignación, vendrían a ser para nosotros bienes y riquísimas perlas que abrillarían nuestra corona en el Cielo. Por último, el que se conserva siempre unido a la divina voluntad, se hace santo y goza ya en la tierra de una perpetua paz: *Ningún acontecimiento podrá apesadumbrar al justo.* (70)

LVIII. Encomendarse en las oraciones de las personas piadosas; pero encomendarse aun más a los Santos que reinan gloriosamente en los Cielos, y principalmente a la Santísima Virgen Nuestra Señora; estimar grandemente la devoción a esta Divina Madre, y aprovechar todas las ocasiones que se ofrecieren de inspirarla a los demás.

Los que tienen una gran confianza en el patrocinio de Nuestra Señora den por ello al Señor las más rendidas gracias, por ser esta confianza una grande prenda de salvación; y los que no la tienen, deben pedir a Dios que se digne concedérsela.

N. B.- Es muy de aconsejar que se lea este Compendio todos los días de Retiro.

---

(70) Non contristabit justum, quidquid ei acciderit. (*Prov.*, XII, 21.)

## Reglas para vivir cristianamente.

### I.

Por la mañana al levantarse, hacer los actos cristianos.

Entre día, hacer media hora de *oración mental*, y por lo menos un cuarto de hora de *lectura espiritual*; oír la Santa Misa; visitar al Santísimo Sacramento y a la Santísima Virgen; rezar el Santo Rosario.

Por la noche, hacer al examen de conciencia con el acto de dolor o contrición; y, por último, los actos cristianos con las letanías de Nuestra Señora.

### II.

Confesarse y comulgar por lo menos cada semana; y más a menudo, si se puede, con el consejo del Padre espiritual.

### III.

Escogerse un buen Confesor, docto y piadoso; dirigirse siempre por él, así en los ejercicios de piedad, como en todos los negocios importantes, y no dejarlo sin grave causa.

### IV.

Huir de la ociosidad, las malas compañías, las conversaciones libres, y sobre todo las ocasiones de pecar, especialmente en las que hay peligro de incontinencia.

## V.

En las tentaciones, particularmente de impureza, armarse luego con la señal de la Cruz, e invocar los santísimos Nombres de Jesús y María, mientras persista la tentación.

## VI.

Al cometer alguna falta, arrepentirse inmediatamente y proponer la enmienda; y, si la culpa es grave, confesarse cuanto antes.

## VII.

Oír los sermones que se pueda, y frecuentar alguna congregación o hermandad, para no ocuparse en ella más que del negocio de la eterna salvación.

## VIII.

Ayunar el Sábado en honor de la Santísima Virgen, así como las vigiliass de sus siete fiestas añadiendo alguna otra mortificación corporal, según el consejo del Padre espiritual; hacer, además, las novenas de dichas fiestas de Nuestra Señora, y las de Navidad, Pentecostés y del Santo Patrón de cada uno.

## IX.

En las contrariedades y penas de la vida, como enfermedades, reveses de fortuna, persecuciones,

conformarse en todo con el divino querer y tranquilizarse diciendo siempre: «Dios lo quiere -o ha querido- así, así sea.»

## X.

Hacer cada año *los Ejercicios espirituales* en alguna casa religiosa u otro lugar solitario; o, por lo menos, hacerlos en casa, consagrandos esos días de santo recogimiento, en cuanto sea posible, a la oración, a la lectura espiritual y al silencio.

E igualmente tener cada mes un día de *Retiro*, comulgando y alejándose de toda conversación.

### **Oración para obtener las santas virtudes.**

Señor y Dios mío, por los méritos de Jesucristo, os pido ante toda vuestra santa luz: hacedme conocer la vanidad de los bienes de la tierra y que no hay otro bien que amaros a Vos, Bien Sumo e Infinito. Hacedme conocer cuán indigno soy yo y cuán digno sois Vos de ser amado de todos, y especialmente de mí por el amor que me habéis tenido.

Concededme la santa humildad, que me haga abrazar con alegría los menosprecios que recibiere de los hombres.

Dadme un gran dolor de mis pecados.

Haced que ame la santa mortificación, con la que combata mis pasiones y tenga a raya y sujete mis sentidos rebeldes.

Haced que ame la obediencia debida a mis Superiores.

Otorgadme la gracia de no tener en cuanto hiciere otro fin que daros gusto a Vos.

Dadme la santa pureza de cuerpo y de espíritu, junto con el desasimiento de todo lo que no se dirige a vuestro amor.

Dadme una gran confianza en la Pasión de Jesucristo y en la intercesión de la Santísima Virgen María.

Concededme sobre todo un ardiente amor a Vos y una perfecta conformidad con vuestra divina voluntad.

Os encomiendo las Almas del Purgatorio, mis parientes, bienhechores y amigos, así como todos aquellos de quienes he recibido alguna afrenta o disgusto: os ruego que los colméis de todo género de bienes.

Os encomiendo, en fin, los infieles, los herejes y todos los que están en pecado.

Dios mío, ya que Vos merecéis un amor infinito, daos a conocer a todos y haceos amar, mayormente de mí, que he sido más ingrato que nadie: mucho os he ofendido, haced que os ame mucho, y así vaya un día al Cielo a cantar eternamente vuestras misericordias.

Santísima Virgen, María, rogad a Jesús por mí. Amén.

## **Oración para consagrarse a la Santísima Virgen.**

Santísima Virgen, Madre de Dios, María, yo, N., aunque indignísimo de pertenecer al número de vuestros siervos, animado, no obstante, por vuestra admirable piedad y movido por el deseo que tengo de serviros, os elijo hoy en presencia de mi Angel custodio y de toda la corte celestial por mi especial Señora, Abogada y Madre, y propongo firmemente serviros en lo venidero y hacer todo cuanto me sea posible para que también seáis servida de los demás. Os suplico, pues, ¡oh, piadosísima Madre!, por la sangre de vuestro Divino Hijo, derramada por mí, me recibáis en el número de vuestros devotos por siervo vuestro perpetuo: asistidme en todo cuanto hiciere e impetradme la gracia de conducirme de tal modo en mis pensamientos, palabras y obras, que no vuelva a ofender vuestros purísimos ojos, ni los de vuestro adorable Hijo, Jesús. Acordaos de mí y no me abandonéis en la hora de mi muerte.

## **Oración de un alma devota a María y a Jesús.**

Reina y Madre mía, si Vos me protegéis, no temo ir al infierno, ya que Vos interponéis vuestras plegarias y vuestros méritos en favor de vuestros pro-

tegidos, y Jesucristo no sabe negar nada de cuanto Vos le pedís. Señora mía amabilísima, por el amor que tenéis a este vuestro Divino Hijo, rogadle que se digne apiadarse de mí.

Y Vos, Jesús mío, por las oraciones y los merecimientos de vuestra excelsa Madre, María, y por la Sangre que habéis derramado por mí, libradme del infierno, porque en el infierno no podría amaros. Vos, Redentor mío, habéis creado el infierno para infundirme espanto; pero sabed que no me espanta el infierno con todos sus tormentos, porque si se os amase en el infierno y se fuera amado de Vos, no sería uno condenado, sino bienaventurado: el infierno que me llena de espanto es ser aborrecido de Vos. De este infierno os ruego que me libréis, por aquella compasión y misericordia que os movió a morir afrentosamente en una cruz por amor mío.

Jesús y María, Vosotros sois mi amor y mi esperanza.

**Oración a Jesús Crucificado y a la  
Virgen de los Dolores para alcanzar  
una buena muerte.**

(RÉCESE CADA DÍA).

Señor mío Jesucristo, por la amargura que padecisteis en la Cruz, cuando vuestra benditísima Alma

se separó de vuestro sacrosanto Cuerpo, tened piedad de mi pobre alma pecadora, cuando salga de mi miserable cuerpo y entre en la Eternidad.

¡Oh, sacratísima Virgen, María! Por el dolor que experimentasteis en el Calvario al ver expirar a Jesús en el madero de la Cruz ante vuestros ojos, alcanzadme una buena muerte, para que, amando a Jesús y a Vos, Madre mía, acá en la Tierra, vaya a amaros eternamente en el Cielo.

*Oratio.*

Dómine Jesu Christe, per illam amaritudinem, quam sustínuit nobilíssima ánima tua, quando egréssa est de benedícto córpore tuo, miserére ánimæ meæ peccatrícis, quando egrediétur de córpore meo, Amen.

**El Pródigo, arrepentido.**

Jesús, buen Padre amante,  
Un hijo, ingrato al Cielo,  
Sumido en llanto y duelo,  
Por fin hoy vuelve a Ti.  
Vuelve; mas lleva en rostro  
El odio a su pecado  
Y el corazón rasgado  
Por íntimo dolor.

Yo soy aquel mal hijo,  
Tú eres el Padre mío...  
¡Piedad por mi extravío!  
¡Piedad para un traidor!  
Después de abandonarte,  
Jamás viví contento:  
Todo me fue tormento,  
Angustias y aflicción.

Sumido en mis placeres,  
Viles, emponzoñados,  
Cargos despiadados  
Mi triste alma sintió.  
En sueños, aún en sueños,  
Terrores me asaltaban  
Y al alma le gritaban:  
«Tu Padre, ¿dónde está?

Por darte a sensual goce,  
Cruel le abandonaste;  
La espalda, ¡ay!, le tornaste.  
Y ¿alientas?... Y ¿hablas aún?  
¡Ay! Que tu Padre amante  
A su más vil criado,  
A mesa igual sentado,  
Sin tasa parte el pan...

¡Y tú, de inmundos brutos,  
Los restos más soeces  
Mendigas y apeteces!»  
¡Oh, mi eternal rubor!...  
¡Ay! Que esta voz secreta

No fue voz, sino encanto,  
Que me deshizo en llanto  
Y el pecho me ablandó.

Sufrir no más pudiendo  
Tal cargo, tal desvío,  
«Ligero, al Padre mío,  
-Repuse- volveré;  
Y de cualquier manera  
Fuere por Él tratado,  
Confuso y humillado,  
Su mano besaré.»

Padre del alma mía,  
Aquí heme ya rendido:  
Aquel tu hijo perdido,  
Aquel traidor soy yo...  
¡Piedad! Perdón otorga,  
Paz al reo doliente,  
Que ya se duele y siente,  
¡Ay!, su pasado error.

Se duele y ante el mundo  
Hoy jura en tu regazo,  
En tu paterno abrazo,  
Vivir siempre y morir.  
Desde hoy, desde hoy, pecado,  
Te juro eterna guerra:  
Testigos, Cielo y Tierra,  
A Dios he de ser fiel.

O. S. C. S. R. E.

# ÍNDICE

I.	
REGLAMENTO DE VIDA PARA UN CRISTIANO .....	3
CAPÍTULO I. <i>Medios para conservarse en</i>	
<i>gracia de Dios</i> .....	4
La meditación .....	6
La frecuencia de los Sacramentos de	
Penitencia y Eucaristía .....	9
Oír cada día la Santa Misa .....	11
Visitar diariamente al Santísimo	
Sacramento y a la Santísima Virgen .....	12
La Oración .....	12
CAPÍTULO II. <i>Oraciones y ejercicios de</i>	
<i>piEDAD</i> .....	15
I. Al levantarse y entre día .....	15
II. Método para meditar .....	17
III. Confesión y Comunión .....	17
IV. La Santa Misa .....	27
Otro método .....	29
V. Visita diaria al Santísimo Sacramento,	
a la Santísima Virgen y a San José .....	38
VI. Por la noche .....	42
VII. Oraciones a la Santísima Virgen para	
cada día de la semana .....	44
CAPÍTULO III. <i>Práctica de las principales</i>	
<i>virtudes</i> .....	55
I. Práctica de la humildad .....	55
II. Práctica de la mortificación .....	60

III. Práctica de la caridad para con el prójimo .....	65
IV. Práctica de la paciencia .....	70
V. Práctica de la conformidad con la voluntad de Dios .....	78
VI. Práctica de la pureza de intención .....	84
VII. Práctica contra la tibieza .....	86
VIII. Práctica de la devoción a la Santísima Virgen .....	89
IX. Práctica de los medios para alcanzar el amor a Jesucristo .....	92

## II.

Máximas espirituales del cristiano .....	95
Aspiraciones amorosas a Jesucristo .....	98
<i>Devotas oraciones para alcanzar las gracias     necesarias para salvarse</i> .....	102
1. Oración que deberá rezarse cada día .....	102
2. Oración a Jesucristo para implorar su santo amor .....	105
3. Oración para pedir la perseverancia final .....	107
4. Oración para pedir la gracia de orar siempre .....	109
Protesta para bien morir .....	110

## III.

<i>Máximas Eternas</i> .....	114
Actos preparatorios .....	114

Meditación para el Domingo.	
- Fin del hombre .....	115
Meditación para el Lunes.	
- Importancia de este fin .....	117
Meditación para el Martes.	
- Pecado mortal .....	121
Meditación para el Miércoles.	
- Muerte .....	124
Meditación para el Jueves.	
-Juicio .....	128
Meditación para el Viernes.	
- Infierno .....	131
Meditación para el Sábado.	
-Eternidad de las penas .....	134

#### IV.

Compendio de las virtudes en que ha de ejercitarse un alma que quiere llevar vida perfecta y santificarte .....	138
Reglas para vivir cristianamente .....	149
Oración para alcanzar las virtudes .....	151
Oración para consagrarse a la Santísima Virgen .....	153
Oración de una alma devota a María y a Jesús ?	
Oración a Jesús crucificado y a la Virgen de los Dolores para alcanzar una buena muerte :.....	154
El prodigo, arrepentido -poesías-.....	155